

# Julsill

## JULSILL

Ger 1 stor burk

## TILLAGNINGSTID:

30 minuter\*

## SILLAG

3 dl     vatten

0,5 dl   ättika (24%)

2 tsk    himalayasalt

10 st    kryddpepparkorn

1 st     lagerblad

## SILLBLANDNING

500 g   salta sillfiléer (avsaltade)

1 dl     lingon

1 st     rödlök

1 st     rött äpple

5 cm    ingefära

5 st     kryddnejlikor

## VI REKOMMENDERAR

1 st    konserveringsburk i glas på 1 liter

## HUSGERÅD

Bunke

Måttats

Kastrull

Kniv

Skalkniv

\*Tiden för avsaltningen av sillen är inte medräknad.

# Julsill

Allergiinformation: Receptet innehåller fisk.

Inlägget innehåller reklam genom annonslänkar för Bodystore, Hemköp och Bagaren & Kocken.

# Julsill

## Julsill

Vi har länge tänkt att vi vill göra en egen Julsill men då gärna en som är helt utan socker.

Vi hittade inspirationen på sillagen till vår Julsill efter ett tips hos vår fina vän och bloggkollega [Birgitta Höglund](#).

Det är i grunden en polsk sillag helt utan socker, precis som vi önskade, så bra!

Själva sillblandningen har vi sedan komponerat ihop själva med smaker vi älskar och förknippar med jul.

Låt dig väl smaka och inspireras vår julsill!

## Så här gör du

### Förbered sillen

- Salta av sillfiléerna i vatten över natten, byt vattnet 1-2 gånger
- Skölj sedan av sillfiléerna och låt de rinna av

### Förbered sillagen

- Mät upp vatten, ättika, himalayasalt i en kastrull
- Tillsätt kryddpepparkornen och lagerbladet
- Koka upp och dra sedan bort från spisen och låt svalna

### Inläggningen

- Skär de avsaltade sillfiléerna i bitar
- Skala och strimla rödlöken
- Dela, ta bort kärnhuset och skär äpplet i tärningar/bitar
- Skala ingefäran och skär i tunna skivor eller små tärningar
- Varva lingon, rödlök, äpple, ingefära med sillen i [konserveringsburken](#)
- Häll på lite av sillagen mellan varven och lägg ner kryddnejlikorna
- Kryddpepparkornen och lagerbladet från sillagen ska också ner i burken
- Ställ in i kylan och låt stå minst ett dygn innan du avnjuter din julsill!

# Julsill



Avnjut din sill på ett härligt [Julbröd](#), [Knäcke](#) eller varför inte små juliga [Fruktbröd](#).

Vill du ha fler god recept som passar till jul så [hittar du dem här](#)!

Tid att njuta!

PS: vissa av ingredienserna är länkade till webbutiken [Bodystore](#), [Hemköp](#) och husgeråden är länkade till webbutiken [Bagaren & Kocken](#)



**Paleo för ett hälsosammare liv!**

*Jenny & Magnus Andersson*

Licensierade kostrådgivare inom Paleo och lågkolhydratkost, kokboksförfattare samt hälso- och matinspiratörer.

Ren och naturlig mat ligger oss varmt om hjärtat. Vi har funnit vår väg till hälsa genom Paleo och brinner nu för att hjälpa andra med kost och hälsa genom ett ursprungsperspektiv.

---